

כידורים ממגרש הכדורסל – התנהלות חברתית ופתרונות

חלק ראשון

כתבה: ענת דרייגור

לעיתים קרובות בעת הוראת הכדורסל בבית הספר, אנו נתקלים במחלוקות בין הילדים לפני האימון, במהלך האימון ובמשחק. מחלוקות אלו קורות בעיקר, בהתחלת תקופת האימונים עם ילדים חדשים, או באימון קבוצה חדשה ולא הומוגנית ברמתה. כאן נמדדת היכולת שלנו, המאמנים והמורים, להתמודד במצבים מיוחדים אלו, כדי לצור אקלים חיובי באימון. ההצלחה באימון תמדה, ראשית, ביכולת שלנו להשרות אורה חיובית במסגרת הכיתה/הקבוצה תוך שימוש במסרים ברורים של הצבת גבולות התנהגות, פרגון, כבוד הדדי, שיתוף פעולה ועבודת צוות נעימה. כל אלה מעודדים אצל הילדים מוטיבציה, הנאה וסקרנות למידה.

בנוסף, העובדה שהדור הצעיר כיום פחות פעיל פיזית ומחובר זמן רב יותר למחשב, לטלפון ולטלוויזיה, מאתגרת, אותנו המאמנים והמורים, להיות קשובים וערניים לעולם הילדים, ליזום וליצור חיבור מהנה של הילדים עם פעילות ספורטיבית.

בטבלה שלפניכם מוצגים מצבים נפוצים העולים ממגרש הכדורסל, וגם הצעות לפעולות שביכולתנו לעשות כדי להבין ולפעול באופן יצירתי וחינוכי בהתמודדות עם מצבים אלו.

| כדורסל התנהלות | הסבר ופתרונות יצירתיים (חינוכיים) | |
|----------------|---|---|
| 1 | ילד/ה נפצע/ת במהלך אימון/משחק. לעיתים הילדים מאשימים אחד את השני (כדור שפגע בגוף חזק, דחיפה, שמירה עם תפיסה ועוד..) | <ul style="list-style-type: none"> ילד נפצע או בוכה - יש לעצור את מהלך האימון/המשחק, לשאול לשלומו של הילד והאם הוא יכול להמשיך. לשמור על בטיחות הילדים מכל מכשול, זריקת כדורים ואבזרים מסוכנים. להסביר שבמשחק הכדורסל יש גם מגע גופני – לעתים נפצעים אבל אף אחד לא פוגע בכוונה. בכדורסל - להסביר את חוקי ההגנה מה מותר ומה אסור. לשחק משחקי הגנה במגע פיסי. כגון: לחימה על כדור בזוגות, מאבק על קבלת כדור, יתרון להגנה, קרב תרנגולים ועוד. |
| 2 | המאמן מבקש מהילדים להסתדר בטור לקראת תרגיל קליעה לסל ומתחיל ריב בין הילדים – מי יהיה ראשון בטור "אני הייתי לפניו".."וכד'. | <ul style="list-style-type: none"> לדעת לוותר לחבר. הילד שמוותר ראשון מקבל בונוס (ניקוד חיובי, מילה טובה בפומבי, הפתעה בסיום האימון). לקבוע תור מראש לכל פעילות כאשר הראשון מתחלף בכל פעילות (אפשרי רק כאשר זוכרים מי היה תורו באימון קודם). בכדורסל מי שהצליח לקלוע הוא הראשון, אם כולם רוצים להיות ראשונים – לשחק משחק של "אבן נייר או מספריים" "משלוש יוצא אחד" הזוכה הוא הראשון. |
| 3 | בתחרות הקליעות בין הקבוצות אתה מבחין בספירה לא נכונה וזאת על מנת לנצח בכל מחיר. (לא רצים עד הקו אלא "מעגלים פינות"). | <ul style="list-style-type: none"> מי שמזייף – מרמה את עצמו, לא משתפר לא מתקדם מקצועית. כאשר אין הגינות, המשחק לא יכול להמשיך, שברנו את חוקי המשחק! הביצוע של התרגיל חשוב לא פחות מהתוצאה. בכדורסל לשחק משחקי הוגנות (תחרות קליעות לסל, נרות, שליחים..וכד'). |
| 4 | במהלך תחרות "שליחים" אחד | <ul style="list-style-type: none"> מי שמרמה על מנת לנצח, ראשית מרמה את עצמו ולא יוכל להתקדם |

| | |
|---|---|
| <p>ולהשתפר.</p> <ul style="list-style-type: none"> • אני מסתכל על עצמי וסופר לעצמי (לקבוצתי) את הנקודות, מבצע את התרגיל בהתאם להוראות המאמן. הפיקוח על הקבוצה השנייה תהיה ע"י המאמן בלבד. | <p>הילדים צועק לעבר קבוצה מתחרה "לא הוגן, אתם מרמים".. (לפעמים, לא בהכרח הילד צודק)</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> • לדבר על <u>חשיבות היחס לחבר</u>, לתת הרגשה טובה לכל ילד בקבוצה. • להדגיש <u>סובלנות לטעויות</u>. לעודד ביצוע והתנסויות כושלות כאמצעי להצלחה. • התרגול והטעויות הם שמקדמים אותנו. החברים בקבוצה מעודדים בלבד אין מקום לנזיפות. • בכדורסל - אימון התנסות בתרגילי כניסה לסל ותרגילי שליטה בכדור מהפשוט אל המורכב, כדור 1 ו2 כדורים. | <p>5 במהלך האימון /משחק ילד מעליב את חברו על הביצוע שלו ואף צוחק עליו.</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> • בין החברים, כאשר ילד אומר "לא נעים לי, תפסיק!" יש להפסיק מיד את ההצקה. • להדגיש את הצורך המידי לערב את המאמן ולומר לו מי הילד המציק. • לעצור את הכעס ולהמנע מלהגיב באלימות כלשהי. • עדיף שהמאמן יעניש את המתחיל באלימות מאשר את כל המעורבים אחר כך. הענשה ראשונית: הוצאה מהאימון/משחק למספר דקות לרגיעה. הסבר לילד מה לא בסדר והחזרתו לפעילות. • במידה והאלימות נמשכת, המאמן ירחיק שחקן אלים ויאפשר לו לשבת על הספסל לכל משך האימון. אחרי האימון הוא ישוחח עם השחקן (המסר ברור לילד ולכל הקבוצה – אין אלימות ומי שמתנהג כך מקומו לא בקבוצה). | <p>6 מתפתחת אלימות פיזית או מילולית בין 2 ילדים לפני, במהלך ובסיום האימון/משחק. לעיתים מתחילים ריב "בצחוק" ואחר כך זה גולש לבכי.</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> • הדגשת משחק כדורסל כמשחק צוות. ההצלחה היא קבוצתית ולכן יש לשתף את חבריך. לעיתים אחד מחברי הקבוצה בעמדה נוחה יותר לקליעה לסל. • המסירה תמיד עדיפה ומהירה יותר מכדור לכיוון סל היריב. • מומלץ בכדורסל לבצע משחקים שמראים עדיפות למסירה מאשר כדור • לשנות חוקי הכדורסל לילדים ובחצי שלהם הם מחויבים למסור כך שכל אחד נוגע מכדור. כמו גם, קובעים מי יוצא ראשון בכדור לסל היריב. | <p>7 במשחק, ילד מכדרר מסל אל סל וזורק לסל באופן תמידי מבלי לשתף אחרים בקבוצתו, או מוסר רק לחבר אחד בלבד ושניהם מתעלמים מהשאר.</p> |

דמות המאמנת:

- מודל לחיקוי
- מקור לידע, מקצוענות, יצירתיות ויכולת לקדם את השחקן
- דמות מנחה, תומכת, מלמדת, מעודדת, מחזקת, נותנת משוב חיובי ו/או משפר
- מציב גבולות, מתגמל על מאמץ ומבהיר ציפיות

*הערה: חלק שני של הכתבה בו יובאו 8 אירועים נוספים יופיע ב"הכשרתון 22".